

**GAMBARAN KONTROL DIRI PADA MOBILE GAMER EMERGING
ADULT**

SKRIPSI



OLEH :

Joshua Emmanuel

NRP. 7103014030

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2019**

**GAMBARAN KONTROL DIRI PADA MOBILE GAMER EMERGING
ADULT**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi



OLEH :

Joshua Emmanuel

NRP. 7103014030

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2019**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya :

Nama : Joshua Emmanuel

NRP : 7103014030

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul :

GAMBARAN KONTROL DIRI PADA MOBILE GAMER EMERGING ADULT

Benar-benar merupakan hasil karya pribadi. Jika dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf kepada seluruh pihak terkait.

Dengan ini surat pernyataan dibuat dengan kesadaran dan tanpa ada paksaan apa pun.

Surabaya, 22 November 2019

Yang membuat pernyataan,



Joshua Emmanuel

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya :

Nama : Joshua Emmanuel Kartika Adi

NRP : 7103014030

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya berjudul :

**“GAMBARAN KONTROL DIRI PADA *MOBILE GAMER*
EMERGING ADULT”**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau di media lain (Digital Library Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian surat pernyataan persetujuan publikasi saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 13 Desember 2019

Yang membuat pernyataan,



Joshua Emmanuel

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI


GAMBARAN KONTROL DIRI PADA *MOBILE GAMER EMERGING* *ADULT*

OLEH:

Joshua Emmanuel Kartika Adi

7103014030

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing : Sylvia Kurniawati Ngonde, M.Si. ()
NIDN : 0706047002
Email : sylvia@ukwms.ac.id

Surabaya, 22 November 2019

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan
Memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal 22 November 2019

Mengesahkan,
Fakultas Psikologi
Dekan,

(E. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog)

Dewan Penguji :

- | | | |
|---------------|---|---|
| 1. Ketua | : Andhika Alexander R., M.Psi., Psikolog | () |
| 2. Sekretaris | : Jaka Santosa Sudagijono, M.Psi., Psikolog | () |
| 3. Anggota | : Johannes Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog | () |
| 4. Anggota | : Sylvia Kurniawati Ngonde, M.Si. | () |
| NIDN | : 0706047002 | |

Halaman Persembahan

Untuk orangtuaku tercinta yang bekerja keras, mendukung dan mendoakan aku di setiap napas mereka. Skripsi ini selesai untuk papa dan mama.

God bless us all

Halaman Motto

“Yesterday is history, tomorrow is a mystery, today is a gift. That’s why it’s called the present.” ~Master Oogway, Kung-fu Panda.

“While it is always best to believe in oneself, a little help from others can be a great blessing.” Uncle Iroh, Avatar the Last Airbender.

“Ora et labora, berdoa dan bekerja. Jika masih ada yang bisa dilakukan, sebaiknya dilakukan. Jika semua sudah diluar kuasa kita, barulah kita berdoa sepenuhnya. Wait and hope.”

“Curing a patient who has no will to recover is impossible. Medical treatment can only begin when someone has the will to be healed.”
Nightingale, Fate Grand Order.

“Non scholae sed vitae discimus”

“Kita belajar bukan untuk diri kita sendiri namun untuk masyarakat”

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur pada Tuhan atas berkat dan sertanya, penelitian yang berjudul “Gambaran Kontrol Diri pada *Mobile Gamers Emerging Adult*” ini telah selesai setelah banyak kesulitan. Peneliti ingin mengucapkan banyak terimakasih pada pihak-pihak terkait yang membantu melancarkan penelitian ini dari persiapan hingga penelitian ini bisa terselesaikan. Pada kesempatan kali ini, peneliti ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. **Tuhan Yesus Kristus dan Bunda Maria**, atas tuntunan dan rahmat-Nya dan rejeki yang diberikan kepada keluarga saya, peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
2. **Ibu F. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog**, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan izin sehingga penelitian ini dapat dilakukan.
3. **Ibu Sylvia Kurniawati Ngonde, M.Si.** selaku dosen pembimbing dan pembimbing akademik yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, serta kesabaran dalam membantu dan memotivasi peneliti dalam mengerjakan skripsi ini. Terima kasih telah membimbing saya yang agak *slow* ini.
4. **Bapak Andhika Alexander Repi, M.Psi., Psikolog**. selaku ketua penguji, **Bapak Johannes Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog**. selaku dosen penguji yang sudah saya susahkan banyak kali meskipun hanya untuk revisi. Yang mengharap masa depan yang baik untuk saya dengan memberikan tuntunan dan panduan. Terima kasih.
5. **Bapak Jaka Santosa Soedagijono, M.Psi., Psikolog** selaku sekretaris sidang yang telah membantu peneliti selama berproses di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

6. **Seluruh Dosen Pengajar dan Karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya**, yang telah meluangkan waktu untuk memberikan ilmu, saran, dan semangat yang bermanfaat untuk peneliti selama peneliti berkuliah di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala.
7. **Keluarga** peneliti yaitu **Kedua Orang tua**, yang telah memberikan doa, dukungan, semangat, pengertian dan segalanya kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
8. **Thealandra Stephanie** yang bersusah payah menyemangati, membantu dan mengingatkanku untuk menyelesaikan skripsi ini. Namamu selayaknya kutaruh di bagian atas sebagai salah satu orang yang paling berperan dalam penyelesaian skripsiku.
9. **Kelompok berempatku, Benny, Angga dan Johan** terimakasih telah menemani lewat *chat* ditengah kehidupan masing-masing. Yang membuat kehidupan saya berisi senyuman.
10. **Group Line yang lagi satu serta para tetua** yang beberapa mengikuti proses skripsi juga bersama saya. Terimakasih atas dukungan dan bantuan moralnya.
11. **Subjek-subjek yang telah mengisi kuesioner saya**. Terima kasih sudah mengisi dan membantu saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
12. **Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu disini**. Terima kasih sudah ada di kehidupan saya.

DAFTAR ISI

Halaman Judul	ii
Halaman Persetujuan	iii
Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah	iv
Halaman Persetujuan	v
Halaman Pengesahan	vi
Halaman Persembahan	vii
Halaman Motto	viii
Ungkapan Terimakasih	ix
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xiii
Abstraksi	xiv
Abstraksi Inggris	xiv

BAB I PENDAHULUAN 1

1.1. Latar Belakang Penelitian	1
1.2. Batasan Masalah	7
1.3. Rumusan Masalah	8
1.4. Tujuan Penelitian	8
1.5. Manfaat Penelitian	8
1.5.1. Manfaat Teoritis	8
1.5.2. Manfaat Praktis	9

BAB II LANDASAN TEORI 10

2.1. Kontrol Diri	10
2.1.1. Pengertian Kontrol Diri	10
2.1.2. Aspek-aspek Kontrol Diri	11
2.1.3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Stress</i>	13
2.2. <i>Emerging Adult</i>	13

2.2.1. Pengertian <i>Emerging Adult</i>	13
2.2.2. Aspek-aspek <i>Emerging Adult</i>	14
2.3. <i>Mobile Gamers</i>	18
2.5. Keterkaitan antara Kontrol Diri dengan <i>Mobile Gamer Emerging Adult</i>	20

BAB III METODE PENELITIAN25

3.1. Identifikasi Variabel Penelitian.....	25
3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	25
3.3. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	26
3.3.1. Populasi	26
3.3.2. Teknik Pengambilan Sampel.....	26
3.4. Metode Pengumpulan Data.....	27
3.4.1 Skala Kontrol Diri	27
3.5. Validitas dan Reliabilitas	28
3.5.1. Validitas Alat Ukur	28
3.5.2. Reliabilitas Alat Ukur.....	29
3.6. Teknik Analisa Data	30
3.7. Etika Penelitian	30

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....32

4.1. Orientasi Kancan Penelitian	32
4.2. Persiapan Pengambilan Data	32
4.2.1. Pembuatan <i>blueprint</i> skala kontrol diri	33
4.2.2. Penyusunan Alat Ukur	33
4.3. Pelaksanaan Penelitian.....	34
4.4. Hasil Penelitian	35
4.4.1. Uji Validitas dan Reliabilitas	35
4.4.2. Hasil Analisa Data.....	36

BAB V PENUTUP45

5.1. Bahasan.....45

5.2. Kesimpulan48

5.3. Saran49

DAFTAR PUSTAKA..... 51

LAMPIRAN56

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> skor skala	27
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala kontrol diri	28
Tabel 4.1 <i>Blueprint</i> Skala kontrol diri	33
Tabel 4.2 <i>Blueprint</i> Aitem <i>Valid</i> dan Gugur Skala Kontrol Diri	36
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Variabel Kontrol Diri	38
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Variabel Aspek <i>Behavioral Control</i>	40
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Variabel Aspek <i>Cognitive Control</i>	41
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Variabel Aspek <i>Decisional Control</i>	43
Tabel 4.7 Hasil Persentase Aspek Kontrol Diri	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Diagram Batang Persentase Variabel Kontrol Diri	38
Gambar 4.2 Diagram Batang Persentase Aspek Behavior Control	40
Gambar 4.3 Diagram Batang Persentase Aspek Cognitive Control	42
Gambar 4.4 Diagram Batang Persentase Aspek Decisional Control	43

DAFTAR LAMPIRAN

Data mentah	56
Koding	62
Kategorisasi	68
Aspek 1 Behavior Control	72
Aspek 2 Cognitive Control	76
Aspek 3 Decisional Control	80

Joshua Emmanuel (2019). “Gambaran Kontrol Diri pada *Mobile Gamer Emerging Adult*”. **Skripsi Sarjana Strata Satu**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala.

ABSTRAK

Emerging adult yang bermain *game* di handphonenya, sering kali bermain sampai melalaikan kegiatan dan kesehatannya salah satunya terganggu jam tidurnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran secara kuantitatif deskriptif mengenai kontrol diri pada *mobile gamers emerging adult*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis deskriptif. Subjek penelitian (N=47) adalah pemain *mobile game* yang berusia 18-25 tahun, sesuai dengan teori Arnett (2014). Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* dengan menggunakan skala likert yang dibuat oleh peneliti. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan *alpha cronbach*. Hasil yang didapat dari penelitian ini, koefisien reliabilitas melalui 3 putaran $0,851 \geq 0,7$ (reliabel) dan validitas $0,362-0,564 > 0,3$ (*Valid*) pada skala kontrol diri. Dalam penelitian ini dapat dideskripsikan bahwa, kontrol diri *mobile gamer emerging adult* tergolong Sedang karena masih terpengaruh oleh faktor eksternal.

Kata kunci: Kontrol diri, *mobile gamer, emerging adult*

Joshua Emmanuel (2019). *"Description Study of Self-Control in Emerging Adult Mobile Gamers"*. **Undergraduate Thesis**. Psychology Faculty of Catholic University Widya Mandala Surabaya.

ABSTRACT

Lately, it is easy to find young people who play games on their phone. More often that not they play for a long time and disrupt their sleep schedule by staying up late. This study aims to see an overview of self-control in mobile gamer at emerging adult age. This study used a quantitative approach with descriptive analysis. The research subjects (N=47) are mobile game player aged between 18 to 25 years old as in Arnett's theory (2014). Sampling was done by purposive sampling by using a likert scale which made by the researcher. The obtained data were analyzed using alpha cronbach. The results of this study showed that the reliability coefficient through 3 rounds of $0,851 \geq 0,7$ (reliable) and validity of $0,362-0,564 > 0,3$ (Valid) on the self-control scale. It can be concluded that, mobile gamer in emerging adult age's self control is average because external factor still play a part to it.

Keywords: *Self-control, mobile gamer, emerging adult*